

# Исломда соғлиқни сақлашнинг йўллари



15:02 / 29.06.2020 4193

***Ислом соғлиқнинг Аллоҳ таоло томонидан бандага берилган улуғ неъмат эканини, унинг учун банда шукр қилиши лозимлигини таъкидлаш билангина кифояланиб қолмайди. Ислом соғлиқни сақлашнинг йўллари хам ўргатади. Келинг, ўша нарсалардан баъзиларини жуда ҳам қисқа равишда ўрганиб чиқайлик.***

## **1. Тозаликка риоя қилиш.**

Ислом соғлиқни сақлаш борасида катта аҳамият берган нарсалардан бири тозаликка риоя қилишдир. Дунё тарихида ҳеч ким, ҳеч қандай тузум ва дин тозаликка риоя қилишга Ислом диничалик аҳамият бермагани маълум ва машҳурдир.

## **2. Соғлиқка зарар етказувчи ва атрофни ифлос қилувчи нарсалардан қайтариш.**

Ислом маданиятида мусулмонларга покиза бўлиш билан бирга, юксак дидли бўлиш ва атроф-муҳитни ифлос қилмаслик ҳамда кишилар соғлиғига зарар етказувчи тасарруфлар қилмаслик уқтирилади. Чунки бундай ишлар турли хасталиклар тарқалишига сабаб бўлиши мумкин.

## **3. Бадантарбия.**

Ҳозирги кунимизда соғлиқни сақлаш, хасталикка чалинмаслик учун бадантарбия қанчалик аҳамиятли эканлигини ҳамма тушуниб етган. Каттаю кичик иложи борича бадантарбияга эътибор беришга ҳаракат қилади. Бу нарсага айниқса ривожланган давлатларда одамлар ниҳоятда берилган. Ҳамминг кучли, қувватли, эпчил, соғ-саломат бўлгиси келади ва хасталикларга чалинмасликка ҳаракат қилади. Бунинг учун эса бадантарбия билан шуғулланишни одат қилиш лозим.

Исломда бу ишга алоҳида эътибор берилган. Бу ҳақда Пайғамбар соллаллоху алайҳи васалламнинг баъзи ҳадиси шарифлари ҳам бор.

## **4. Соғлиқ учун зарарли нарсаларнинг ҳаром қилиниши.**

Исломда соғлиқни сақлаш йўлида кўрилган чораларнинг энг муҳими инсон соғлиғи учун зарарли бўлган нарсаларнинг ҳаром қилинишидир. Ҳозирги кунга келиб, соғлиқни сақлаш бўйича анча муваффақиятларга эришилган бўлса ҳам, ушбу соҳада, яъни инсон соғлиғи учун зарарли бўлган нарсаларнинг ҳаром қилинишида бошқа бирорта дин Ислом диничалик деярли ҳеч нарса қила олгани йўқ. Исломда эса бу масала бир минг беш юз йил илгари ҳал этилган.

## **5. Исроф ва қизғанчиқликнинг ҳаром қилиниши.**

Исломда инсон соғлиғини сақлаш мақсадида ўзига керакли нарсаларни ҳам меъёридан оз еб, ўзини-ўзи хасталикка мубтало қилмаслик учун қизғанчиқ бўлиш ҳаром қилинган.

Шу билан бирга, Исломда соғлиқка зарарлиги эътиборидан ҳаддан ташқари кўп тановул қилиш ҳам ҳаром қилинган.

## **6. Жисмни толиқтиришдан қайтариш.**

Исломда инсоннинг ўзини-ўзи толиқтириши ман қилинган. Агар бу толиқтириш ибодат орқали бўлса ҳам мумкин эмас. Мисол учун, кишиларнинг нафл намозни ҳаддан ташқари кўп ўқиб, ўзини толиқтиришига шариат қарши туради. Чунки бу нарса соғлиқка зарар келтириши мумкин. Шунингдек, ҳаддан ташқари кўп нафл рўза тутиб, ўзини чарчатиш ҳам мумкин эмас.

## **7. Соғлиқни сақлаш мақсадида енгиллик ва рухсатлар берилган.**

Исломда айнан соғлиқни сақлаш мақсадида Аллоҳ таоло фарз қилган баъзи ибодатларни енгиллаштириш, кейинга суриш ёки бутунлай кечириб юбориш йўлга қўйилган.

*Мусулмонларнинг тиббиёт бўйича эришган ютуқларини, яна бу соҳага тегишли бошқа нарсаларни ҳам ўрганган мутахассислар жуда ҳам кўп. Фарблик, европалик тарихчилар, шарқшунослар, тибшунослардан ҳам бу соҳага ўзини бағишлаганлар талайгина.*

*Ана ўшаларнинг тўплаган маълумотлари, ёзган китоб ва илмий мақолалари, қилган хулосалари билан танишган ҳар бир инсон, Ислом тиб соҳасида мўъжиза яратган экан, деган хулосага келиши турган гап. Аслида ҳам шундай.*

**Шайх Муҳаммад Содиқ Муҳаммад Юсуф раҳимаҳуллоҳ.**

**«Олам ва одам, дин ва илм» китобидан.**